



노원구



7월 건강 식단

유아식





2026년 7월 식단표A

(만1-2세, 기본, 알레르기피기)

() 어린이집/유치원
※ 이 식단은 '서울남산체M' 서체로 작성되었습니다 ※
노원구어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀(02-970-7937)

일 자	알레르기 유발식품	7/1 (수)	7/2 (목)	7/3 (금) 국없는 저염밥상	7/4 (토)	
오전간식		채소스틱(파프리카), 요거트②	고구마죽⑤⑥ (or과일(토마토⑫))	과일(사과or멜론)	과일(오렌지)	
점 심	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류 ⑭호두 ⑮달걀기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳차 ※ 야생산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. ※ 원제품, 가공식품을 사용하는 경우 제품에 따라 원재료가 상이하므로, 우리 기관에서 사용하는 제품의 뒷면 원재료를 꼼꼼하게 확인하여 제한이 필요한 경우 제한하여야 합니다.	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 김치국⑤⑥⑨(부추국⑤⑥) 된장주물럭⑤⑥⑩ 머위대나물⑤⑥ (or가지나물⑤⑥) 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 아욱국⑤⑥ (or만둣국①⑤⑥⑩⑬) 두부양념구이⑤⑥ 우영조림⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	(단호박)카레라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 저염버섯국⑤⑥(송이버섯요)② 오징어브로콜리볶음②⑤⑥⑦ (or쇠고기오이볶음⑤⑥⑬) 배추김치⑨(깍두기⑨) (추가선택:과일(자두⑩)) 빵(잡곡빵or데니쉬)①②⑤⑥, 우유②	멸치볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭ (or달걀볶음밥①⑤⑥⑨⑩) 채소당면국⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	
오후간식		(새우)볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭	치킨샐러드①⑤⑥⑬ (or달걀샐러드⑤⑥⑬)	빵(황남시예)①②⑤⑥, 우유②	김밥①⑤⑥⑧⑩⑬⑭ (or쇠고기죽⑤⑥⑬)	
kcal/단백질/칼슘		473.1/19.6/239.6	443.2/21.4/150.8	479.3/20.8/180.2	441.8/13.3/166.3	
일 자	7/6(월) 서울미래밥상	7/7 (화)	7/8 (수)	7/9 (목)	7/10 (금)	7/11 (토)
오전간식	과일(수박or포도)	(미숫가루⑤⑥)우유②	과일(자두⑩or바나나)	파프리카죽⑤⑥(과일(멜론))	과일(참외or사과)	과일(배)
점 심	★미래밥상: 잡곡밥, 과일, 유제품 필수, 쌀밥x, 육류x, 난류x 잡곡밥⑤⑥ (참치)미역국⑤⑥ (or감자찌개⑤⑥) 두부강정④⑤⑥⑨⑫⑬ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 얼갈이국⑤⑥ 돈육콩나물불고기⑤⑥⑩ 어묵볶음⑤⑥⑨⑬ (or감자볶음⑤⑥) 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 팽이버섯국⑤⑥ 고구마달걀볶음탕⑤⑥⑫⑬ 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 김치찌개⑤⑥⑨⑫ (or콩나물국⑤⑥⑨) 떡갈비⑤⑥⑩⑬⑭⑮ (or가지미(엿장)구이⑤⑥) (노각)오이무침⑤⑥ 배추김치⑨(깍두기⑨)	쇠고기가지밥⑤⑥⑬ 호박국⑤⑥⑨ 메추리알조림①⑤⑥ 조미김(무나물⑤⑥) 깍두기⑨(배추김치⑨)	감자볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭ 청경채국⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)
오후간식	찐옥수수, 우유②	에그샌드위치①②⑤⑥	단호박전①⑤⑥ (or찐달걀①②⑥⑩⑫)	(냉)우동①⑤⑥⑧⑨	빵(황남시예)①②⑤⑥, 우유②	콕샐러드①②⑤⑫
kcal/단백질/칼슘	492.0/18.4/233.3	496.6/23.6/215.6	427.9/15.0/119.9	431.5/12.6/108.4	454.7/17.8/191.2	426.6/13.5/108.4
일 자	7/13 (월)	7/14 (화)	7/15(수) 초복	7/16(목) 일당!오심! 저당밥상	7/17(금) 제헌절	7/18 (토)
오전간식	과일(토마토⑫or바나나)	과일(포도or참외)	채소스틱(오이), 요거트②	게살죽①⑤⑥⑧(과일(오렌지))	과일(수박or자두⑩)	과일(포도)
점 심	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 순두부국⑤⑥⑨ 돈육감자조림⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤⑥ (or브로콜리나물⑤⑥) 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 쇠고기된장찌개⑤⑥⑬ 달걀찜①⑨ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 삼계탕①⑮ 잔멸치볶음⑤⑥ (or쇠고기숙주볶음⑤⑥⑨⑫⑬) 도토리묵채소무침③⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) (단호박)스프②⑤⑥(장국⑤⑥) (고구마돈가스①⑤⑥⑩⑫) 저당(자두⑩)샐러드①②⑤⑫ 깍두기⑨(배추김치⑨)	 새송이볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭ 유부장국⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	삼은달걀①, 우유②
오후간식	찐고구마, 우유②	치즈스틱①②⑤⑥, 차③	(메밀③)국수①⑤⑥⑨	빵(카스텔라)①②⑤⑥, 우유②		470.7/18.5/228.7
kcal/단백질/칼슘	421.3/18.5/255.3	428.5/16.1/130.1	516.5/23.4/211.0	539.2/18.5/153.7		
일 자	7/20(월) 서울미래밥상	7/21 (화)	7/22 (수)	7/23 (목)	7/24(금) 미리먹는 중복밥상	7/25(토) 중복
오전간식	과일(바나나or사과)	과일(참외or토마토⑫)	현미스낵(사리얼⑤), 우유②	품인누룽지 (단)호박죽⑤⑥or과일(포도)	과일(수박or자두⑩)	과일(참외)
점 심	★미래밥상: 잡곡밥, 과일, 유제품 필수, 쌀밥x, 육류x, 난류x 잡곡밥⑤⑥ (오징어)근대국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 김구이(호박전①⑤⑥) 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 유부국⑤⑥(냉국⑤⑥) 달걀키레(200g)볶음⑤⑥⑬ 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 달걀국①⑤⑥ 고등어감자조림⑤⑥⑦ (or완자①⑤⑥⑩⑫) 숙주당근나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 얼무국⑤⑥ 마늘목살구이⑤⑥⑩ 상추쌈⑤⑥(무생채⑨) 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 쇠고기육개장⑤⑥⑬ 새우살볶음⑤⑥⑨⑫ (or달걀볶음①⑤⑫) 치커리무침⑤⑥(파래반⑤) 깍두기⑨(배추김치⑨)	양배추볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭ 두부장국⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)
오후간식	찐감자, 우유②	스파게티②⑤⑥⑩⑫	주먹밥⑤⑥⑬	묵사발③⑤⑥⑨ (or칼국수⑤⑥⑨⑬)	빵(쌀빵①②⑤⑥) or크림빵①②④⑤⑥, 우유②	크로켓①②⑤⑥⑫
kcal/단백질/칼슘	451.9/17.6/249.2	475.4/17.9/154.5	519.0/20.7/164.5	453.1/15.7/110.4	433.0/19.0/201.4	448.9/14.6/102.8
일 자	7/27 (월)	7/28 (화)	7/29 (수)	7/30(목) 저탄소 지구밥상: 단호박	7/31 (금)	가정에서 함께해요! 저탄소 지구밥상교육! 단호박
오전간식	채소스틱(당근), 치즈②	과일(포도or바나나)	(미숫가루⑤⑥)우유②	품인누룽지 (참치죽⑤⑥or과일(수박))	과일(사과or참외)	 비타민A가 풍부해 눈을 보호해요. 비타민C가 풍부해 피부를 좋게해요.
점 심	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 쫄갠(어묵)국⑤⑥ 장조림①⑤⑥⑩ 오이지무침⑤⑥(취나물⑤⑥) 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 쇠고기(미역)국⑤⑥⑬ 생선전①⑤ (or돈육(춘장)⑨⑩)볶음⑤⑥⑬ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 감자국⑤⑥ 파프리카오리볶음⑤⑥⑨⑫ (or다짐옥수수(부추)⑤⑥⑨⑫⑬) 고구마줄기⑤⑥(무쌈) 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥(쌀밥) 콩나물국⑤⑥⑨ 달걀말이①⑤⑫ (김가루)묵무침③⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	김치볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭ (or파프리카볶음밥⑤⑥⑨⑫) 부추장국⑤⑥ 달콤부침⑤⑥⑬(구이⑤⑥) 깍두기⑨(배추김치⑨) (추가선택:과일(토마토⑫)) 빵(모닝롤)①②⑤⑥, 우유②(스프②⑤⑥)	
오후간식	굴린고구마②⑤(튀김⑤⑥), 차③	(비빔)국수①⑤⑥⑨	(해물⑨⑩)채소전①⑤⑥, 식혜	찐단호박, 우유②		475.4/18.6/168.0
kcal/단백질/칼슘	450.7/17.3/230.2	441.3/13.9/112.3	491.4/20.7/218.3	450.1/18.5/251.0		

원산지	쌀 (밥, 죽, 누룽지) (참쌀, 현미, 호미)		배추김치		콩		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	오징어	고등어
	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산
	가공품(사용하지 않은 식재료는 삭제)											
	치킨(닭고기)	참치(다랑어)	떡갈비(돈육)	돈가스(돈육)	완자(돈육)	생선전(명태)	치킨가스(닭고기)	양념(오징어)	탕수육(돈육)	소세지(돈육)	너겟(닭고기)	
	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산
한 번 더 체크	<input checked="" type="checkbox"/> 쇠고기 국내산일 경우 : 국내산만 표기(X), 한우만 표기(X) → 국내산 한우(O), 국내산 육우(O) <input type="checkbox"/> 참치(다랑어) : 국내산(X) → 원산지를 확인하여 표기해주세요! <input checked="" type="checkbox"/> 육가공품(미트볼, 떡갈비, 완자, 동그라미, 너비야니, 합박 등) : 3순위 내 포함된 식육(쇠고기, 돼지고기, 닭고기 등) 원산지를 모두 표기해주세요! <input checked="" type="checkbox"/> 명태(동태, 코다리, 생태, 명태채, 동태로, 명태가공품(생선전, 생선가스 중 '명태' 사용제품) 등) : 국내산(X) → 원산지를 확인하여 표기해주세요! <input checked="" type="checkbox"/> 오징어, 진미채(오징어) : 원산지를 확인하여 표기해주세요! <input type="checkbox"/> 해물완자, 해물믹스, 모듬해물(오징어) : 3순위 내 오징어가 포함되어 표기된 원산지를 표기해주세요! <input checked="" type="checkbox"/> 원료와 그 가공품 원산지 모두 동일한 경우, 개별 가공품 표시 없이, '00 및 그 가공품: 00산'으로 일괄표시 가능합니다! ※ 원산지 표시대상 수산물 20종 : 오징어(진미채, 해물완자 등) / 꽃게 / 명태(동태, 코다리, 생태, 명태채, 동태로, 명태가공품 등) / 고등어 / 갈치 / 참조개 / 넙치 / 조피복어(조피복어) / 넵자어 / 다랑어(참치통조림 등) / 낙지 / 주꾸미 / 아귀 / 가리 / 주꾸미 / 우럭(우럭) / 전복 / 방어 / 부세 ■ 1일 에너지 및 단백질 권장량은 만 1-2세 900kcal 20g, 만 3-5세 1,400kcal 25g입니다.											



2026년 7월 식단표A

(만3-5세, 기본, 알레르기표기)

() 어린이집/유치원
※ 이 식단은 '서울남산체M' 서체로 작성되었습니다 ※
노원구어린이·사회복지급식관리지원센터 영양팀(02-970-7937)

일 자	알레르기 유발식품	7/1 (수)	7/2 (목)	7/3 (금) 국없는 저염밥상	7/4 (토)	
오전간식		채소스틱(파프리카), 요거트②	고구마죽⑤⑥ (or과일(토마토⑫))	과일(사과or멜론)	과일(오렌지)	
점 심	①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고동어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬야생산류 ⑭호두 ⑮달고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑳갯 ※ 야생산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있습니다. ※ 원제품, 가공식품을 사용하는 경우 제품에 따라 원재료가 상이하므로, 우리 기관에서 사용하는 제품의 뒷면 원재료를 꼼꼼하게 확인하여 제한이 필요한 경우 제한하여야 합니다.	잡곡밥⑤⑥ 김치국⑤⑥⑨ (부추국⑤⑥) 된장주물럭⑤⑥⑩ 머위대나물⑤⑥ (or가지나물⑤⑥) 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥ 아욱국⑤⑥ (or만둣국①⑤⑥⑩⑬) 두부양념구이⑤⑥ 우렁조림⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	(단호박)카레라이스 ②⑤⑥⑩⑫⑬⑭ 저염비빔국수⑤⑥(송이버섯요)② 오징어브로콜리볶음②⑤⑥⑦ (or쇠고기오이볶음⑤⑥⑬) 배추김치⑨(깍두기⑨) (추가선택: 과일(자두⑩)) 빵(잡곡빵or데리쉬)①②⑤⑥, 우유②	멸치볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭ 채소당면국⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	
오후간식		떡국①⑤⑥⑬(부침밥⑤⑥⑨⑩⑬)	치킨샐러드①⑤⑥⑬		김밥①⑤⑥⑧⑩⑬⑭	
kcal/단백질/칼슘		675.9/28.0/342.3	633.2/30.6/215.4	684.7/29.8/257.4	631.1/19.0/237.5	
일 자	7/6(월) 서울미래밥상	7/7 (화)	7/8 (수)	7/9 (목)	7/10 (금)	7/11 (토)
오전간식	과일(수박or포도)	(미숫가루⑤⑥)우유② (or참깨죽⑤⑥)	과일(자두⑩or바나나)	파프리카죽⑤⑥(과일(멜론))	과일(참외or사과)	과일(배)
점 심	★미래밥상: 잡곡밥, 과일, 유제품 필수, 쌀밥X, 육류X, 난류X 잡곡밥⑤⑥ (참치)미역국⑤⑥ 두부강정④⑤⑥⑨⑫⑬ 시금치나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥ 얼갈이국⑤⑥ 돈육콩나물불고기⑤⑥⑩ 어묵볶음⑤⑥⑨⑬ (or감자볶음⑤⑥) 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥ 팽이버섯국⑤⑥ 고구마달걀볶음탕⑤⑥⑫⑬ 깻잎찜⑤⑥(깨나물⑤⑥) 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥ 김치찌개⑤⑥⑨⑩ 떡갈비⑤⑥⑩⑬⑭ (or가지비(옛장)구이⑤⑥) (노각)오이무침⑤⑥ 배추김치⑨(깍두기⑨)	쇠고기가지밥⑤⑥⑬ 호박국⑤⑥⑨ 메추리알조림①⑤⑥ 조미김 깍두기⑨(배추김치⑨)	감자볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭ 청경채국⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)
오후간식	찐옥수수, 우유②	에그샌드위치①②⑤⑥	단호박전①⑤⑥ (or찐한도그①②⑥⑩⑫)	떡(절편)(냉우동①⑤⑥⑧⑨), 차③	빵(황사제)①②⑤⑥, 우유②	콤샐러드①②⑤⑫
kcal/단백질/칼슘	702.8/26.4/333.3	709.5/33.7/308.0	611.3/21.5/171.3	616.4/17.9/154.9	649.6/25.4/273.2	609.4/19.4/154.8
일 자	7/13 (월)	7/14 (화)	7/15(수) 초복	7/16(목) 일당! 오시! 저당밥상	7/17(금) 제헌절	7/18 (토)
오전간식	과일(토마토⑫or바나나)	과일(포도)(양송이죽⑤⑥)	채소스틱(오이), 요거트②	게살죽①⑤⑥⑩(과일(오렌지))		과일(포도)
점 심	쌀밥 순두부국⑤⑥⑨ 돈육감자조림⑤⑥⑩ 미역줄기볶음⑤⑥ 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥ 쇠고기된장찌개⑤⑥⑬ 달걀찜①⑨ 콩나물무침⑤⑥ 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥ 삼계탕①⑬ 잔멸치볶음⑤⑥ 도토리묵채소무침③⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥ (단호박)스프②⑤⑥(강국⑤⑥) (고구마)돈가스①⑤⑥⑩⑫ (or안식스테이크⑤⑥⑨⑫⑬) 저당(자두)샐러드①②⑤⑫ 깍두기⑨(배추김치⑨)	 새송이볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭ 유부장국⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	
오후간식	찐고구마, 우유②	떡(떡볶이)(치즈스틱①②⑤⑥), 차③	(메밀③)국수①⑤⑥⑨	빵(카스텔라)①②⑤⑥, 우유②	삶은달걀①, 우유②	
kcal/단백질/칼슘	601.8/26.4/364.7	612.1/23.0/185.8	737.9/33.4/301.4	770.3/26.4/219.5	672.4/26.4/326.7	
일 자	7/20(월) 서울미래밥상	7/21 (화)	7/22 (수)	7/23 (목)	7/24(금) 미리먹는 중복밥상	7/25(토) 중복
오전간식	과일(바나나or사과)	과일(참외)(브로콜리죽⑤⑥)	씨리얼⑤(현미스낵), 우유②	끓인누룽지 (or)호박죽⑤⑥(or과일(포도))	과일(수박or자두⑩)	과일(참외)
점 심	★미래밥상: 잡곡밥, 과일, 유제품 필수, 쌀밥X, 육류X, 난류X 잡곡밥⑤⑥ (오징어)근대국⑤⑥ 두부조림⑤⑥ 김구이(호박전①⑤⑥) 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥ 유부국⑤⑥(냉국⑤⑥) 닭살카레②⑤⑥⑨(부침⑤⑥⑬) 열무나물⑤⑥ 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥ 달걀국①⑤⑥ 고동어감자조림⑤⑥⑦ (or완자①⑤⑥⑩⑫) 숙주당근나물⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥ 열무국⑤⑥ 마늘묵살구이⑤⑥⑩ 상추쌈⑤⑥(무생채⑨) 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥ 쇠고기육개장⑤⑥⑬ 새우살볶음⑤⑥⑨⑬ (or달걀볶음①⑤⑥) 치커리무침⑤⑥(파래자반⑤) 깍두기⑨(배추김치⑨)	양배추볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭ 두부장국⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)
오후간식	찐감자, 우유②	떡고치⑤⑥⑫ (or스파게티②⑤⑥⑩⑫)	주먹밥⑤⑥⑬	떡(증편)(묵사발③⑤⑥⑨), 차③	빵(쌀빵①②⑤⑥) or크래팡①②④⑤⑥, 우유②	크로켓①②⑤⑥⑫
kcal/단백질/칼슘	645.6/25.1/356.1	679.2/25.6/220.7	741.4/29.5/235.0	647.3/22.5/157.8	618.6/27.1/287.7	641.3/20.8/146.8
일 자	7/27 (월)	7/28 (화)	7/29 (수)	7/30(목) 저탄소 지구밥상: 단호박	7/31 (금)	가정에서 함께해요! 저탄소 지구밥상교육! 단호박
오전간식	채소스틱(당근), 치즈②	과일(포도)(배추죽⑤⑥)	(미숫가루⑤⑥)우유②	김치죽⑤⑥⑨ (참치죽⑤⑥or과일(수박))	과일(사과or참외)	 비타민A가 풍부해 눈을 보호해요. 비타민C가 풍부해 피부를 좋게해요.
점 심	쌀밥 썩갠(어묵)국⑤⑥ 장조림①⑤⑥⑩ 오이지무침⑤⑥(취나물⑤⑥) 깍두기⑨(배추김치⑨)	잡곡밥⑤⑥ 쇠고기미역국⑤⑥⑬ 생선전①⑤ (or돈육춘장⑨⑬)부침⑤⑥⑬ 버섯나물⑤⑥ 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥ 감자국①⑤⑥ 파프리카오리볶음⑤⑥⑨⑬ (or다짐요미떡부⑤⑥⑨⑬) 고구마줄기⑤⑥(무쌈) 배추김치⑨(깍두기⑨)	잡곡밥⑤⑥ 콩나물국⑤⑥⑨ 달걀말이①⑤⑫ 김가루묵무침③⑤⑥ 깍두기⑨(배추김치⑨)	김치볶음밥⑤⑥⑨⑩⑬⑭ 부추장국⑤⑥ 달걀볶음⑤⑥⑬(구이⑤⑥) 깍두기⑨(배추김치⑨) (추가선택: 과일(토마토⑫))	
오후간식	굴린고구마②⑤(튀김⑤⑥), 차③	떡(백설기) (or(비빔)국수①⑤⑥⑨), 차③	(해물)⑨⑫)채소전①⑤⑥, 식혜	찐단호박, 우유②	빵(모닝롤)①②⑤⑥, 우유②(스프②⑤⑥)	
kcal/단백질/칼슘	643.9/24.7/328.9	630.4/19.9/160.5	702.1/29.6/311.8	643.0/26.4/358.6	679.2/26.6/240.0	

원산지	쌀 (쌀, 즉, 두통지) (참쌀, 현미, 흑미)		배추김치		콩		쇠고기	돼지고기	닭고기	오리고기	오징어	고동어
	산	산	배추	고춧가루	두부	순두부						
	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산
	가공품(사용하지 않은 식재료는 삭제)						생일/이벤트/견학식단(미사용 시 삭제)					
	치킨(닭고기)	참치(다랑어)	떡갈비(돈육)	돈가스(돈육)	완자(돈육)	생선전(명태)	치킨(닭고기)	오양튀김(오징어)	탕수육(돈육)	소세지(돈육)	너겟(닭고기)	
	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산	산
한 번 더 체크	<input checked="" type="checkbox"/> 쇠고기 국내산일 경우 : 국내산만 표기(X), 한우만 표기(X) → 국내산 한우(O), 국내산 육우(O) <input type="checkbox"/> 참치(다랑어) : 국내산(X) → 원산지를 확인하여 표기해주세요! <input checked="" type="checkbox"/> 육가공품(미트볼, 떡갈비, 완자, 동그랑땡, 너비아니, 함박 등) : 3순위 내 포함된 식품(쇠고기, 돼지고기, 닭고기 등) 원산지를 모두 표기해주세요! <input checked="" type="checkbox"/> 명태(동태, 코다리, 생태, 명엽채, 동태포, 명태가공품(생선전, 생선가스 중 '명태' 사용제품) 등) : 국내산(X) → 원산지를 확인하여 표기해주세요! <input checked="" type="checkbox"/> 오징어, 진미채(오징어) : 원산지를 확인하여 표기해주세요! <input checked="" type="checkbox"/> 해물완자, 해물믹스, 모듬해물(오징어) : 3순위 내 오징어가 포함되면 오징어 원산지를 표기해주세요! <input checked="" type="checkbox"/> 원물과 그 가공품 원산지가 모두 동일한 경우, 개별 가공품 표시 없이, '00 및 그 가공품: 00산'으로 일괄표시 가능합니다! ※ 원산지 표시대상 수산물 20종 : 오징어(진미채, 해물완자 등) / 꽃게 / 명태(동태, 코다리, 생태, 명엽채, 동태포, 명태가공품 등) / 고동어 / 갈치 / 참조기 / 넙치 / 조피볼락 / 갈치 / 갈치 / 백합 / 오징어(참치통조림 등) / 낙지 / 주꾸미 / 아귀 / 가리비 / 우렁쉥이(멍게) / 전복 / 방어 / 부세											